

Vabilo

Duševno zdravje na delovnem mestu: preventiva, podpora in vključevanje

Konferenca, 21. oktober 2026, Zelena dvorana, Območna obrtno-podjetniška zbornica Koper,
Staničev trg 1, Koper

Duševno zdravje na delovnem mestu ni več tabu tema – je ključni dejavnik, ki vpliva na počutje zaposlenih, uspešnost organizacij in odpornost skupnosti.

Ob dnevu duševnega zdravja **Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ) OE Koper v okviru Nacionalnega programa za duševno zdravje MIRA in Stičišče NVO Istre in Krasa - ISKRA** organizirata konferenco z naslovom **Duševno zdravje na delovnem mestu: preventiva, podpora in vključevanje**. Vabljeni vsi, ki se pri svojem delu srečujejo z izzivi duševne obremenjenosti – zaposlenim, delodajalcem, prostovoljcem in predstavnikom nevladnih organizacij. Tekom dneva bomo skupaj raziskali, kako prepoznati znake duševne stiske, kako preprečevati izgorelost in kako vzpostaviti delovno okolje, ki podpira dobro počutje.

Osrednji del dogodka bo **okrogla miza »Med predanostjo in izgorelostjo: izzivi in rešitve za odpornost zaposlenih in prostovoljcev v NVO«**, kjer bodo predstavniki nevladnega sektorja spregovorili o izzivih, s katerimi se srečujejo pri svojem delu.

PROGRAM

- | | |
|--------------------|--|
| 9.00–9.30 | Registracija |
| 9.30–9.45 | Uvodni pozdrav in predstavitev duševnega zdravja v regiji – <i>Nevenka Ražman, NIJZ OE Koper</i> |
| 9.45–10.15 | Ko duševna stiska prekine delo – <i>Adelisa Huskič, Mojca Tavčar, Center za duševno zdravje odraslih Koper</i> |
| 10.15–10.35 | Brezposelnost in duševno zdravje – <i>Daira Balta, Katja Vatovec, Zavod RS za zaposlovanje OS Koper</i> |
| 10.35–11.05 | Zdravo spanje – temelj zdravja in delovne sposobnosti – <i>Brigita Zupančič Tisovec, NIJZ OE Novo mesto</i> |

DUŠEVNO ZDRAVJE NA DELOVNEM MESTU

- 11.05–11.20** Odmor za kavo
- 11.20–12.20** Okrogla miza »Med predanostjo in izgorelostjo: izzivi in rešitve za odpornost zaposlenih in prostovoljcev v NVO« – *Urška Jež (Mesto žensk), Mojca Babuder (Zavod Podjetni), Marko Zevnik (Zavod Sopotniki), Sara Brkić (Zavod Cona b.p.); moderira Borut Jerman, PiNA*
- 12.20–12.40** Prekini sedenje, razgibaj telo in sprosti napetost – *Katja Koren, ZVC Koper, ZD Koper*
- 12.40–13.25** Kosilo
- 13.25–13.55** Hrana za možgane – *Erika Glešič, CKZ Izola, ZD Izola*
- 13.55–14.15** Preprečevanje izčrpanosti in izgorelosti – *Polona Černigoj, CKZ Postojna, ZD dr. Franca Ambrožiča Postojna*
- 14.15–14.30** Zaključek

V teku je postopek pridobitve licenčnih točk za zdravnike in medicinske sestre.

Udeležba na konferenci je brezplačna. Prijave zbiramo do ponedeljka, 13. oktobra 2026, [TUKAJ](#).

Za vsa vprašanja smo dosegljivi na Natalija.Korent@nijz.si in info@sticisce-iskra.si.